

1.たまおが『パクチー』について考える

パクチー セリ科 地中海東部原産

エスニック料理には欠かせないパクチー。古来から薬草として使われており、日本には10世紀前後に中国から伝わりました。エスニック料理の人気の高まりとともに、一般家庭でも親しまれるようになりまし。ここ数年でパクチー自体の人気も急上昇し、専門店が出来るほど。独特の香りに好き嫌いが分かれますが、今日が離せない野菜のひとつです。

●主な産地 ▶▶▶ 静岡県・福岡県・岡山県

●入荷時期 ▶▶▶ 通年

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----

施設栽培されているため、年中入荷があります。通年出回っているのでも旬を感じませんが、旬は3~6月と言われています。一株一株、根がついたまま丁寧に収穫され、水洗いをし、完全に水を切ってから荷造りされ、出荷されています。

2.『パクチー』をもっと知りたい!

パクチーの各国での呼ばれ方

パクチーにはさまざまな呼ばれ方がある!!

実はパクチーという名前は **タイ語** なんです。日本での名前は? 各国での呼ばれ方をご紹介します。



和名:【コエンドロ】

現在はほとんど使われていません。由来は江戸時代にポルトガル語「coentro(コエントウロ)」から入った古い言葉です。



中国語:【香菜(シャンツァイ)】

日本で販売されている袋にも印字されていたりと、パクチーと並んで日本でも使われている呼び名です。



英語:【coriander(コリアンダー)】

耳にしたこともある方も多いのでは? 乾燥させた葉や種は香辛料のコリアンダーなんです。

種はコリアンダーシードと呼ばれ、カレーには欠かせないスパイス。その他、肉料理やお菓子作りに利用されます!!

その他では...



ベトナム【ザウムイ】



インド【ダニヤー】

と呼ばれています。



パクチーの保存方法

パクチーを買ってきたけれど、使い切れずに置いておいたらダメになってしまった。せっかく買ったからには美味しいままのパクチーでいてほしい。というわけでさまざまな保存方法を試してみました。

保存方法	下処理	保存期間(目安)	所見
そのまま	根元に濡らしたキッチンペーパーを巻いて保存袋へ入れ、冷蔵庫へ。	約1週間	立てて保存した方がより一層長持ちした。袋に葉が触れない方がなお良い。ちなみに 常温 では3日でダメになった。
刻んで冷蔵	細かく刻んで良く水気を切ったら保存袋へ入れ、冷蔵庫へ。	約1週間	刻んだ後もしっかりと水分を切ることがコツ。 濡れたままだと、そこから葉が溶けたり変色したりする。 香りも十分残っている。
刻んで冷凍	細かく刻んで良く水気を切ったら保存袋へ入れ、冷凍室へ。	約3~4週間	刻んだ後もしっかりと水分を切ることがコツ。 水分が少ないと凍ったときに使い易い。 ただ食感はほぼ無くなってしまふ。
乾燥	細かく刻んで半日自然乾燥した後、ラップをせず、電子レンジ(500~600w)で2分加熱。その後、手で細かく砕く。	約1~2ヶ月	葉が重なっていると乾きにくい。また レンジにかけ過ぎると焦げて しまう。粉々にするにはしっかりと乾燥させること。

分かったこと

そのまま保存しても、刻んで保存しても**品質や香りはそこまで変わらない。**水に弱いので、とにかく水気を良く切ること!
→数日で食べきれぬなら、刻んでおくとも便利です!

冷凍や乾燥をさせると**保存期間は延びるもの、香りや食感が損なわれて**しまう。
→生のパクチーを食べきれないなら、冷凍して加熱専用にするればOK。乾燥は香りも少なくなってしまうので、彩り程度の感覚で。

3.実践! たまおの『パクチー』鉄板レシピ

こちらのレシピの詳細はHPにて公開!

パクチストによるおすすめNO.1レシピ

パクチーと長いものナムル



パクチーも主役級おかずに変身!

パクチーの肉巻き

ドライパクチーを使って彩り鮮やか

じゃがパク

